

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова»  
(ФГБОУ ВО «ХГУ им. Н.Ф. Катанова»)



С Т В Е Р Ж Д А Ю

Проректор по непрерывному  
образованию

*А.В. Адамова* М.В. Адамова  
« 18 » 05 2019 г.

**Учебный план**  
дополнительной профессиональной программы  
повышения квалификации  
**«Инструктор тренажерного зала»**

**Цель обучения:** повышение профессиональной компетентности в области фитнеса и спорта в части освоения теоретических и практических умений и навыков организационного и методического сопровождения физкультурно-спортивной деятельности в тренажерном зале.

Лица, завершившие освоение дополнительной профессиональной образовательной программы повышения квалификации, должны обладать следующими профессиональными компетенциями:

1. Готовностью поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность (ОК-8).
2. Способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9).
3. Владеть знаниями по анатомии, физиологии, биомеханики.
4. Обеспечивать организационное и методическое сопровождение физкультурно-спортивной деятельностью в тренажерном зале.

**Категория слушателей:** лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование.

**Продолжительность обучения:** 72 часа

**Режим занятий:** 8 часов в день аудиторных занятий

**Форма обучения:** очная, с отрывом от работы

**Документ об образовании:** удостоверение о повышении квалификации

№ п/п	Наименование модулей и разделов (тем)	Всего, час.	В том числе		Форма контроля
			лекции	практич. занятия	
1.	Теоретические основы	30	25	5	тестирование
2.	Специфика работы в тренажерном зале	38	10	28	тестирование
	Итоговая аттестация в форме презентации упражнений (практика)	4			экзамен
	Итого:	72	35	33	

СОГЛАСОВАНО:

Начальник управления непрерывного образования

О.В. Кокова